



University of Groningen

## Bidden is het voorportaal van de hemel

van den Belt, Hendrik

*Published in:*

De Oogst: Maandblad van Tot Heil des Volks

**IMPORTANT NOTE: You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.**

*Document Version*

Final author's version (accepted by publisher, after peer review)

*Publication date:*

2018

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

*Citation for published version (APA):*

van den Belt, H. (2018). Bidden is het voorportaal van de hemel. De Oogst: Maandblad van Tot Heil des Volks, 81(947), 12-15.

### Copyright

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

### Take-down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.

## **Bidden is het voorportaal van de hemel**

Bidden is vaak zo gewoon geworden dat christenen zich niet meer verwonderen over de geopende deur in de hemel. Hoe kan de verwondering weer terugkeren? Hoe kun je weer leren om met een diep verlangen en een heilige huiver te spreken met God, de almachtige Vader? Om je hart helemaal leeg te kiepen voor Hem. Om de stroom van gedachten, ongeordend, heftig, verward langzaam tot stilstand te laten komen omdat God jouw hart beter kent dan jijzelf. Bidden is niet gewoon, bidden is gewoon genade. Genade dat je mag komen zoals je bent, genade dat je welkom bent bij de allerhoogste God. Genade dat Hij jou kent – door en door – en toch van je houdt.

Er wordt door christenen veel gebeden. Misschien wel meer dan vroeger. Er zijn gebedskalenders, nachten van gebed, weken van gebed, gebedsapps, gebedskringsen en kringgebeden. Allemaal heel mooi en goed. Toch is er tegelijkertijd ook een gevoel van malaise over het gebed. Het lijkt zo krachteloos, zo'n doel op zich, het voelt als een verplichting in plaats van als een verademing, een *must*, in plaats van een lust.

De oorzaak van een ingezonken gebedsleven ligt meestal niet in het gebed zelf. Dat is een grote vergissing, die vaak leidt tot een plichtmatige oplossing: ik moet meer bidden, meer bijbellezen, meer tijd voor God nemen. Het is nooit genoeg. Dit 'heilig moeten' kan al heel snel omslaan in een onheilige ijver, die een wettische geest verraaft. Bidden moet niet, bidden mag. De oorzaak van onze armetierige gebeden ligt niet in ons gebrek aan ijver, maar in onze armzalige visie op God.

## **Heilig vuur**

Het is het werk van de Heilige Geest – de Geest van de genade en de gebeden – om ons te leren bidden. Wij krijgen het nooit in de vingers. Maar we kunnen de Geest wel bedroeven of zelfs uitblussen (Efeze 4: 30 en 1 Thessalonicenzen 5:19). Het vuur van de Geest heeft de brandstof van het Woord en de zuurstof van het gebed nodig. Dat is paradoxaal. We hebben de Heilige Geest nodig om te bidden en we moeten bidden om de Heilige Geest te ontvangen.

Hoe werkt dat dan? De Heilige Geest leert ons wie God is, verbindt ons met Christus door het geloof en verenigt ons zo met God Zelf. Dat geheim is niet in woorden uit te leggen. Maar het is wel belangrijk om bewust de verbinding te leggen met God. Het is goed om aan het begin van elk gebed je bewust te zijn van deze Geestelijke verbinding met God door Christus. Een van de mooiste manieren om dat te doen is door elk gebed te beginnen met aanbidding. Onze armzalige gebeden zouden er mee geholpen zijn als we even te tijd nemen om te bedenken wie God is.

Die heilige huiver voor God vind je mooi bij de jonge profeet Jesaja Hij ziet in een visioen de troon van God ziet met de serafs die elkaar toeroepen 'Heilig, heilig, heilig is de HEERE van de legermachten; heel de aarde is vol van Zijn heerlijkheid!' (Jesaja 6:3) Hij gaat door de grond en hij voelt dat zijn lippen onrein zijn. Hij spreekt *over* God als over de grote Koning, de HEERE van de legermachten. Met het heilig vuur van een altaarkool worden zijn lippen gezuiverd. Dan spreekt hij *tot* en *met* God. Om te bidden heb je verzoening nodig.

## **Geen mantra's**

Heidense meditatie kenmerkt zich door ontlediging. Je moet je hoofd leegmaken door je te concentreren op je ademhaling. Christelijke meditatie maakt het hoofd en het hart vol van God. Er zijn tegenwoordig allerlei cursussen over mindfulness, vaak gelinkt aan vage Oosterse meditatietechnieken. De christelijke meditatie is mindfulness, bewustwording bij uitstek. Maar dan geen zelfbewustzijn, maar godsbesef.

Wees je bewust van God. Vanuit de Schrift en de christelijke traditie hebben wij zoveel in huis als het gaat om heilige overdenking en meditatie. We moeten niet allerlei andere dingen gaan kopiëren om een innerlijke leegte op te vullen, maar weer oefenen in het overdenken van wie God is. Het zou een zegen zijn als we geen enkel gebed – behalve misschien een schietgebed in grote nood – meer zouden bidden zonder eerst even te mediteren over de drie-enige God, als we elk gebed beginnen met een overdenking over hem. Het geheim van het gebed en is het bewust naderen tot God. Meditatie als medicatie.

Mediteren is overdenken wie God is of je in herinnering brengen wat Jezus heeft gedaan of gezegd. Je kunt bijvoorbeeld een Bijbeltekst opzeggen, niet als een lege mantra, maar geconcentreerd op de inhoud. Je kunt ook aan een van Gods eigenschappen denken. Wat betekent het voor mij dat God genadig is of heilig, of alwetend?

### **Oefenen**

Misschien is het wel voldoende om gewoon even aan God zelf te denken aan het begin van elk gebed. God bestaat. Nee, Hij bestaat niet zoals wij mensen bestaan, maar Hij IS. Dat is Zijn Naam. Die heerlijke IK BEN naam komt recht uit Gods hart: 'Ik zal zeker met u zijn.' (Exodus 3:12). Immanuel. Het lijkt zo vanzelfsprekend, maar dat is juist het probleem. Het is te vanzelfsprekend geworden. Een levend godsbesef is het geheim van een krachtig gebed. Wie tot God komt, moet geloven dat Hij is (Hebreeën 11:6).

Aanbidding kun je oefenen. Probeer het maar eens. Je kunt het op dit moment doen. Neem even een minuut de tijd. Doe je ogen dicht en denk aan God. Wie Hij is. God is almachtig, alwetend, overal aanwezig alomtegenwoordig. Hij is heilig. Hij is barmhartig en genadig lankmoedig en groot van goedertierenheid.

Alleen de Heilige Geest kan ons leren bidden, maar door te mediteren kunnen wij de Geest als het ware de ruimte geven om in ons te bidden. Wij kunnen het niet laten waaien, maar we kunnen wel de zeilen hijsen. Door te mediteren hijs je de zeilen van het gebed om de adem van de Geest op te vangen.

### **Misverstanden**

Voor reformatorische christenen is aanbidding niet het eerste waar zij aan denken bij het gebed. Toch is dit godsbesef typerend voor de gebeden uit de tijd van de Reformatie. Uit de geschriften van mensen als Maarten Luther en Johannes Calvijn spreekt een diepe eerbied voor God. Hij is in Christus een genadige Vader, maar Hij blijft een hemelse Vader. De hemel is zijn troon en de aarde de voetbank van Zijn voeten, de stoof van God (Jesaja 66:1). Hij woont heel hoog, maar ziet ook heel diep (Psalm 113:5).

Misschien zijn sommige christenen wel wat huiverig voor aanbidding omdat zij er een vertekend beeld van hebben. In de Bijbel kan aanbidding samengaan met het neerknielen voor God. Dan maak je jezelf heel klein voor Hem. Aanbidding kan echter ook met je handen omhoog, als teken dat je God groot wilt maken of dat je je uitstrekt naar Hem. Aanbidding is ook iets dat je samen kunt doen, door zingend de Heere te loven. Maar al deze bijbelse (!) vormen raken niet de kern van de aanbidding. Aanbidding gaat altijd samen met een innerlijke rust en vrede. De ware aanbidders aanbidden de Vader in geest en waarheid (Johannes 4:23).

De kern van de aanbidding is de spanning tussen de afstand en de nabijheid. Jezus leert ons in deze spanning te gaan staan als we bidden 'Onze Vader, die in de hemelen zijt.' We spreken vertrouwelijk met onze Vader. Maar hij is wel in de hemelen. Die combinatie is heel belangrijk. Die hemelen

herinneren ons er aan om God te aanbidden. Wij mogen niet al te aards over deze Vader denken. Hij is meer dan een soort superpapa. We mogen zijn 'hemelse majesteit' niet vergeten. Zo zullen wij alles 'wat wij voor lichaam en ziel nodig hebben van Zijn almacht verwachten,' zoals de Heidelbergse Catechismus het zo mooi uitdrukt.

### **Indruk**

De gebeden die op mij als tiener een onuitwisbare herinnering hebben nagelaten waren doortrokken van het een diep ontzag voor de God. Tegelijk klonk er de liefde voor God in door, ook al was het taalveld misschien wat anders dan ik zelf zou gebruiken. Tijmen Kroon, een van de gastvoorgangers in onze kleine vrije reformatorische gemeente, begon elk gebed met de woorden 'Heere der heirscharen, wat is Uw goedheid groot.' Zo bad hij in de kerk, maar ook bij ons aan tafel.

Ik herinner me ook de bidstonden in de consistoriekamer van de Augustijnenkerk in Dordrecht. Daar kwamen we samen om te bidden om herleving. Broeder Teun van der Weijden, onvermoeibare strijder voor kerkelijke eenheid, sprak God vaak aan met de woorden: 'Gij grote, Gij machtige en Gij vreselijke God...' Als je niet zou weten dat het een citaat uit de Statenvertaling was (Nehemia 9:32) zou je denken dat hij een vertekend godsbeeld had.

Het is niet zozeer de inhoud van de gebeden die ik mij kan herinneren, maar wel de toon en de aanspraak, het bewust en expliciet 'naderen tot de troon', dat mij is bijgebleven. Alsof deze broeders je biddend meenamen en heel dicht bij de Heilige brachten.

### **Consequenties**

Bidden vanuit de aanbidding heeft ook consequenties voor het gebed. Ik noem er drie. In de eerste plaats kunnen we alleen maar echt aanbidden in Geest en in waarheid, dat wil zeggen met een oprecht hart. Een oprecht hart is een open en een gebroken hart. Open voor God en gebroken vanwege de zonde. De nabijheid van de Heilige heiligt het hart. Daarom werkt en versterkt de aanbidding het verlangen naar heiligheid en dus liefde voor Gods wet. De christelijke vrijheid is geen bevrijding van allerlei regeltjes, maar een bevrijding van de slavernij van de zonde en de dood. Je mag staan in de vrijheid van Christus en daarom houd je van de wet. De regels van de wet brengen het karakter van God tot uitdrukking. Je hebt een hekel aan bedrog... Niet omdat er je niet mag liegen, maar omdat God waarachtig is.

De aanbidding en het verlangen naar heiligheid kleurt daarnaast ook de inhoud van het gebed. 'Uw Naam, Uw rijk, Uw wil...' Door de aanbidding leer je van jezelf af te bidden en naar God toe te bidden. Verdriet mag er zijn, pijn, soms zelfs boosheid en klacht. Maar vanuit de aanbidding komt er ook rust in het hart. Geen doffe berusting, maar vrede met God. Hij is altijd de Hoorder van de gebeden, ook al verhoort Hij ons op Zijn eigen tijd en wijze.

Tenslotte versterkt de aanbidding ook het vertrouwen op God, het gelovig 'Amen' klinkt des te vaster vanuit het besef dat de heilige Vader van Jezus Christus zich niet vergist. Niet met de kruisdood van Zijn Zoon en dus ook niet met de via dolerosa waar Hij ons soms langs leidt. De pijn en het lijden, de bittere strijd tegen de zonde en ons eigen vlees, heiligen ons en maken ons meer en meer gelijkvormig aan de Zoon.

Er komt een tijd dat we niet meer hoeven te bidden. Maar er komt nooit een tijd dat we niet meer mogen aanbidden. Aanbidding hier op aarde is het voorhof van de hemel.